



Prefeitura Municipal de
SAPIIRANGA
Cidade das Rosas e do Voo Livre

Guia prático da **GESTANTE** de Sapiiranga

Edição 1 - 2025



Ficha técnica

AUTORES

Fernando Dias Conratt
João Baptista Schonardie Peres
João Pedro Schutz Stumpf
Josafá Fritsch Spall

PROJETO GRÁFICO, DIAGRAMAÇÃO E ARTE-FINAL

João Pedro Stumpf
Josafá Fritsch Spall

CORREÇÃO TÉCNICA E REVISÃO

Claudia Tappes
Bibiane Gross
Fabrícia da Fontoura
Larissa Camargo
Sandra Centofante

SECRETARIA MUNICIPAL DA SAÚDE

Janete Salvati Hess

Colaboração:



Prefeitura Municipal de
SAPIIRANGA
Cidade das Rosas e do Voo Livre



UNIVERSIDADE
FEEVALE
INOVAÇÃO PARA TRANSFORMAR O MUNDO

1) Descobri que estou grávida, e agora?

Objetivo: abrir seu acompanhamento da gravidez (pré-natal) o quanto antes, de preferência ainda nos 3 primeiros meses.

PASSO UM
Vá ao posto de saúde (UBS ou ESF) do seu bairro

É onde você inicia o pré-natal e acompanha sua gravidez. **(LISTA NA PRÓXIMA PÁGINA)**

Leve:

- ✓ **Cartão SUS** (Sem Cartão SUS? O posto orienta como fazer.)
- ✓ **Documento com foto** (Carteirinha de identidade [RG], CNH, Carteira de Trabalho...)
- ✓ **Comprovante de residência** (Conta de água, luz, telefone (fixo ou celular), conta de internet ou TV a cabo, contrato de aluguel - dos últimos 3 meses)

PASSO DOIS
No posto, pode acontecer:

- Se você já tem teste positivo de gravidez (farmácia/laboratório), abrem seu pré-natal na hora ou agendam para a data mais próxima.
- Se você ainda não fez o teste, o posto faz teste gratuito e, sendo positivo, abre seu pré-natal ou agendam para a data mais próxima.

Primeira consulta (no próprio posto):

O que acontece:

- É explicado como serão as próximas consultas e marcado as datas (tudo anotado na Carteirinha da Gestante que será feito para você).
- **Pede exames de sangue e urina** (anemia, glicose, infecções, tipo sanguíneo etc.) e ecografia.
- **Confere vacinas e orienta se precisa atualizar.**
- **Faz encaminhamento para dentista** (faz parte do pré-natal).
- **Explica sinais de alerta** (quando ir direto ao hospital).

Exames iniciais: onde e como fazer

- **Você coleta no próprio posto ou em local indicado por eles.**
- **Jejum:** se algum exame exigir, o posto avisa.
- **Resultados:** volte na data combinada para a equipe explicar tudo.

Próximas consultas

- **Começam mais espaçadas e ficam mais frequentes perto do parto.**
- **Todas as datas ficam anotadas na Carteirinha da Gestante.**
- **Não conseguiu ir? Avise antes e remarque.**

UBS (UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE):

Unidade Básica de Saúde Amaral Ribeiro

Atendimento: de segunda à sexta-feira,
das 7h às 19h

Endereço: Rua Rolante, 233 - Bairro Amaral
Ribeiro

Telefone: (51) 2122-0013

Responsáveis:

Aline Menzel e Jussara Farias Steiger

Unidade Básica de Saúde São Jacó

Atendimento: de segunda à sexta-feira,
das 7h às 13h

Endereço: Rua Solidarietà, 175 - Bairro
São Jacó

Telefone: (51) 3529-2467

Responsáveis:

Leandro Batista da Costa

Unidade Básica de Saúde Centenário

Atendimento: de segunda à sexta-feira,
das 7h às 19h

Endereço: Rua Kraemer-Eck, 615 - Bairro
Centenário

Telefone: (51) 2122-0016

Responsáveis:

Sandra Martins Martins e Marta Reichert

Unidade Básica de Saúde São Luiz

Atendimento: de segunda à sexta-feira,
das 7h às 21h

Endereço: Rua Gramado, 60 - Bairro São
Luiz

Telefone: (51) 2122-0015

Responsáveis:

Maicon Zimmer e Priscila

Unidade Básica de Saúde Centro

Atendimento: de segunda à sexta-feira,
das 7h às 19h

Endereço: Av. João Corrêa, 1658 - Bairro
Centro

Telefone: (51) 2122-0018

Responsáveis:

Sandra Salete Centofante e
Franciele da R. Bitencourt

Unidade Básica de Saúde Vila Irma

Atendimento: de segunda à sexta-feira,
das 7h às 13h

Endereço: Rua Luiz Braille, 334 - Bairro Vila
Irma

Telefone: (51) 3959-1028

Responsável:

Maite Pereira

ESF (ESTRATÉGIAS DE SAÚDE DA FAMÍLIA):

Estratégia de Saúde da Família Ferrabraz

Atendimento: de segunda à sexta-feira,
das 7h às 18h

Endereço: Rua Raul Seixas, 89 - Bairro
Ferrabraz

Telefone: (51) 3529-1373

Responsáveis:

Ana Paula de Oliveira e Maura Diehl

Estratégia de Saúde da Família Bairro Oeste

Atendimento: de segunda à sexta-feira,
das 7h às 18h

Endereço: Rua Alagoas, 50 - Bairro Oeste

Telefone: (51) 2122-0010

Responsáveis:

Mariane Jaqueline Volkweis e
Lilian Regina Henrique

Estratégia de Saúde da Família João Goulart

Atendimento: de segunda à sexta-feira,
das 7h às 19h

Endereço: Av. 20 de Setembro, 8309 -
Bairro Vão Livre

Telefone: (51) 3959-1019

Responsáveis:

Sandra Cristina Diemer e
Fabrícia da Fontoura

Estratégia de Saúde da Família São Paulo

Atendimento: de segunda à sexta-feira,
das 7h às 18h

Endereço: Rua Frederico, 137 - Bairro São
Jacó

Telefone: (51) 3959-1037

Responsáveis:

Cristiane Borges e
Douglas Lemes de Oliveira

Estratégia de Saúde da Família Morada São Luiz

Atendimento: de segunda à sexta-feira,
das 7h às 18h

Endereço: Rua Ernesto Antônio de Paula,
284 - Bairro São Luiz

Telefone: (51) 2122-0019

Responsáveis:

Elisangela Romero Lafourcade, Volnei
Rodrigues de Lima e Tisiane Molder

Qual a diferença entre UBS e ESF?



A UBS (Unidade Básica de Saúde) e a ESF (Estratégia de Saúde da Família) são a porta de entrada para o SUS no seu bairro. Na prática, funcionam como “postos de saúde”, onde você pode iniciar e acompanhar o pré-natal.



A diferença é que a ESF tem uma equipe fixa (médico, enfermeiro, agentes comunitários) que acompanha de perto as famílias daquela área, inclusive com visitas domiciliares. Mas tanto na UBS quanto na ESF você pode procurar para começar seu pré-natal, fazer consultas e receber orientações.

2) Sua jornada da gravidez passo a passo:



Do 4º ao 6º mês

Você vai:

- Seguir com consultas regulares (geralmente mensais);
- Fazer exames do meio da gestação;
- Atualizar vacinas, se necessário.

→ **Quem marca o quê:** o posto pede e orienta locais/datas.

→ **Resultados:** no posto, no retorno combinado.

Primeiros meses (até 3 meses)

Você vai:

- Abrir o pré-natal no posto;
- Fazer a primeira consulta;
 - Exames iniciais;
- Ser orientada sobre consulta com dentista;
- Receber orientações sobre alimentação, vacinas e sinais de alerta.
- **Quem pede e onde faz:** o posto pede os exames e diz onde coletar.
- **Resultados:** no retorno marcado no posto.

Do 7º mês até o parto

Você vai:

- Ter consultas mais frequentes (a cada 15 dias e depois toda semana);
 - Fazer exames do final da gestação, se solicitarem;
- Confirmar com a equipe qual hospital procurar quando chegar a hora (Normalmente, Hospital Sapiranga – Centro Obstétrico; se for diferente no seu caso, o posto avisa e anota no cartão).
- Escolher seu acompanhante e, se quiser, levar um Plano de Parto simples.

Quando ir sem esperar (direto pro hospital):

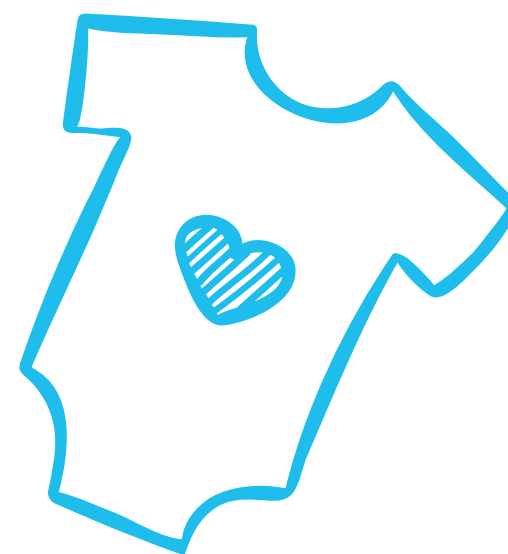
- Contrações regulares e mais fortes;
- Bolsa estourada (saindo líquido);
 - Sangramento;
 - Bebê parar de mexer.
- Se não conseguir ir direto ao hospital, vá à UPA (eles encaminham).



3) Depois do parto

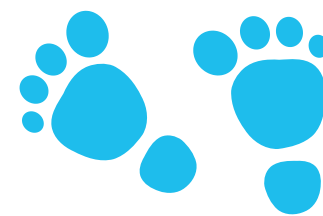
Mãe:

- Consulta de revisão no posto (até 42 dias).
 - Conversa sobre amamentação, cicatrização e como evitar nova gravidez (se desejar).
 - Se houver tristeza que não passa ou ansiedade forte, fale no posto - eles ajudam e encaminham.



Bebê:

- Registrar o bebê o mais breve e ir na Secretaria Municipal de Saúde para fazer o teste do pezinho do 3º ao 5º dia de vida.
- Primeira consulta na 1ª semana de vida (no posto).
- Testes e triagens (o posto informa dia e local).
- Vacinas em dia e consultas de puericultura (acompanhamento do crescimento).



- **Esse acompanhamento faz parte da linha de cuidado do SUS, que garante atenção integral à saúde da mãe e do bebê desde a gestação até os primeiros meses de vida.**

Quem faz o quê (resumo):

- **UBS:** abre o pré-natal, pede exames, confere vacinas, encaminha ao dentista, marca retornos, orienta quando ir ao hospital.
- **Você:** leva documentos, vai nas datas combinadas, faz exames onde indicarem, mantém o Cartão da Gestante e procura ajuda nos sinais de alerta.
- **Hospital Sapiranga (Centro Obstétrico):** onde você vai para o parto e em emergências.

4) Seus direitos como gestante

- **Pré-natal, parto e pós-parto de qualidade pelo SUS** – garantia de acesso universal e gratuito [Portaria MS nº 1.459/2011 – Rede Cegonha].
- **Caderneta da Gestante** – direito a receber e utilizar em todas as consultas, com registro do acompanhamento [Ministério da Saúde, 2016].
- **Acompanhante no parto** – direito de escolher um acompanhante durante o trabalho de parto, parto e pós-parto imediato [Lei nº 11.108/2005].
- **Maternidade de referência** – direito de ser informada sobre a unidade onde será atendida no parto, já no pré-natal [Lei nº 11.634/2007].
- **Atendimento prioritário em serviços públicos e privados** – prioridade em filas, assentos em transporte, caixas especiais, etc. [Lei nº 10.048/2000 e Decreto nº 5.296/2004].
- **Estabilidade no emprego** – desde a confirmação da gravidez até 5 meses após o parto, não pode ser demitida sem justa causa [ADCT da CF/88, art. 10, II, b].
- **Licença-maternidade** – 120 dias, com possibilidade de prorrogação para 180 dias em empresas do Programa Empresa Cidadã [CLT, art. 392; Lei nº 11.770/2008; Lei nº 13.257/2016, art. 38].
- **Dispensa do trabalho para consultas** – direito a se ausentar para, no mínimo, 6 consultas e exames do pré-natal, sem desconto no salário [CLT, art. 392, §4º, II].
- **Intervalos para amamentar** – 2 pausas de 30 minutos por dia até o bebê completar 6 meses [CLT, art. 396].

4) Seus direitos como gestante

- **Realocação de função em ambiente insalubre** – direito de mudança de função ou afastamento com salário-maternidade se não houver função compatível [CLT, art. 394-A].
- **Reintegração ou indenização** – em caso de demissão sem justa causa durante a gestação, a trabalhadora tem direito à reintegração ou indenização substitutiva [CF/88, ADCT art. 10].
- **Estudantes gestantes** – direito a regime de exercícios domiciliares a partir do 8º mês e até 3 meses após o parto, prorrogáveis se necessário [Lei nº 6.202/1975].
- **Apoio psicológico** – garantido pela Lei nº 14.721/2023, que prevê avaliação e encaminhamento em saúde mental no pré-natal e no puerpério.
- **Tratamento Fora de Domicílio (TFD)** – quando não houver tratamento disponível no município, o SUS deve garantir transporte, hospedagem e alimentação [Portaria SAS/MS nº 55/1999].
- **Benefício Composição Gestante (BCG)** – auxílio financeiro de R\$ 65 por mês, por 9 meses, dentro do Auxílio Brasil (hoje Programa Bolsa Família) [Instrução Normativa MC, 2022].
- **Vaga garantida para o parto** – hospitais públicos ou conveniados ao SUS não podem negar atendimento a gestantes em trabalho de parto [Lei nº 11.634/2007].
- **Proteção contra violência obstétrica** – qualquer forma de abuso físico, verbal ou psicológico, ou descumprimento dos direitos da gestante, pode ser denunciado [Disque Saúde 136; Disque 180].

5) Grupo municipal de gestantes

COMO PARTICIPAR:

Inscreva-se no seu posto de preferência (ver lista UBS e ESF na página 4).

TRANSPORTE:

Peça na inscrição se precisar (quando disponível).

O QUE VOCÊ APRENDE:

Gravidez, parto, amamentação, cuidados com o bebê, vacinas, planejamento familiar, o que levar para o hospital.

KIT GESTANTE:

É entregue para quem cumpre presença/consultas.

